

**KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA
MAHASISWA AKHIR DENGAN JURUSAN YANG
DIPREDIKSI SULIT MENDAPAT PEKERJAAN**

SKRIPSI



Oleh :

Mahbub Nadziri

201210230311279

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
2018**

**KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA
MAHASISWA AKHIR DENGAN JURUSAN YANG
DIPREDIKSI SULIT MENDAPAT PEKERJAAN**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Universitas Muhammadiyah Malang
Sebagai salah satu persyaratan untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi**

Oleh :

Mahbub Nadziri

201210230311279

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

2018

SKRIPSI

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Mahbub Nadziri

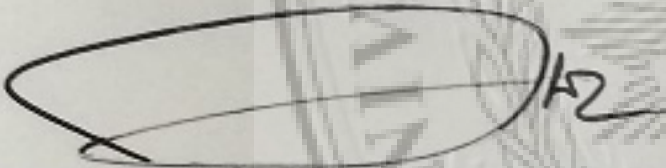
Nim : 201210230311279

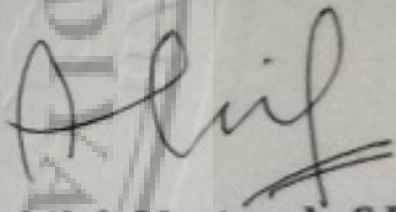
Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal, 21 September 2018
dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan
memperoleh gelar Sarjana (S1) Psikologi
Universitas Muhammadiyah Malang

SUSUNAN DEWAN PENGUJI:

Ketua/Pembimbing I,


Sekretaris/Pembimbing II,

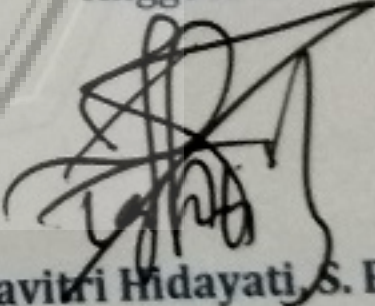

M. Salis Yuniardi, S. Psi, M. Psi, Ph.D.


Alifah Nabilah Masturah, S.Psi, MA.

Anggota I

Anggota II

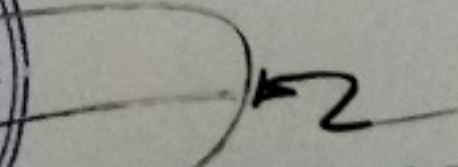

Ni'matuzahroh, S. Psi, M. Si


Diana Savitri Hidayati, S. Psi, M. Psi

Mengesahkan

Dekan,




Muhammad Salis Yuniardi, M.Psi., Ph.D.

LEMBAR PENGESAHAN

1. Judul Skripsi : Kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir dengan jurusan yang diprediksi sulit mendapat pekerjaan
2. Nama Peneliti : Mahbub Nadziri
3. NIM : 201210230311279
4. Fakultas : Psikologi
5. Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang
6. Waktu Penelitian : 14 – 29 Juli 2018

Skripsi ini telah diuji oleh dewan penguji pada tanggal

Dewan Penguji

Ketua : M. Salis Yuniardi, M.Psi., PhD

Anggota Penguji : 1. Aifah Nabilah Masturah., M.A
2. Ni'matuzahroh., M.Si
3. Diana Savitri H., M.Psi

Pembimbing I

Pembimbing II

M Salis Yuniardi, S.Psi., M.Psi, PhD

Alifah Nabilah Masturah, S.Psi., MA

Malang

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang

M Salis Yuniardi, S.Psi., M.Psi, PhD

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

NamaPeneliti : Mahbub Nadziri
NIM : 201210230311279
Fakultas / Jurusan : Psikologi / Psikologi
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan bahwa skripsi / karya ilmiah yang berjudul :

Kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir dengan jurusan yang diprediksi sulit mendapat pekerjaan

1. Adalah bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini dan telah disebutkan sumbernya.
2. Hasil tulisan karya ilmiah / skripsi dari penelitian yang saya lakukan merupakan Hak bebas Royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi sesuai dengan Undang-undang yang berlaku.

Malang, 12 Agustus 2018

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Yang Menyatakan,

Diana Savitri H., M.Psi

Mahbub Nadziri

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Hidayah-NYA sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR DENGAN JURUSAN YANG DIPREDIKSI SULIT MENDAPAT PEKERJAAN**, sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Muhammadiyah Malang.

Dalam Proses penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan dan petunjuk serta bantuan yang bermanfaat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. M Salis Yuniardi, S.Psi., M.Psi, PhD dan Alifah Nabilah Masturah, S.Psi., MA selaku dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan motivasi hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Ari Firmanto, S.Psi., M.Si selaku dosen wali yang telah memberi dukungan.
3. Kepada orang tua yang amat sangat aku cintai dan sayangi ibunda Sрни S.Pdi dan kedua kakak saya tercinta Faiq Maghrubi dan Riadhun Nahdliyah yang selalu memberikan dukungan, do'a, materi dan kasih sayangnya sehingga penulis termotivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Teman bimbingan skripsi saya Winda Cicilia Oktaviany yang selalu memberikan semangat dan motivasi.
5. Kepada teman-teman seperjuangan Hasnain Mohammad Auliya, Pebrianto Tri Susilo, Akhmad Kharis Amanullah, Wahyu Siddiq Santoso dan teman kelas Psikologi E 2012 terimakasih sudah memberi dukungan dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan pada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, dan semoga menjadi amal ibadah yang diterima oleh Allah SWT.

Penulis menyadari tiada satu pun karya manusia yang sempurna, sehingga kritik dan saran demi perbaikan skripsi ini sangat penulis harapkan. Meski demikian, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti khususnya dan pembaca pada umumnya.

Malang, 12 Agustus 2018
Penulis

Mahbub Nadziri

DAFTAR ISI

Halaman Pengesahan	ii
Surat Pernyataan	iii
Kata Pengantar	iv
Daftar Isi	v
Daftar Tabel	vi
Lampiran	vii
Abstrak	1
Latar Belakang	2
Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	5
Aspek-Aspek Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	6
Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	7
Jurusan Yang Sulit Mendapat Pekerjaan	7
Metode Penelitian	7
Hasil Penelitian	9
Diskusi	11
Kesimpulan Dan Implikasi	13
Daftar Pustaka	14
Lampiran	18

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Deskripsi Subjek	9
Tabel 2. Kategori Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja	10
Tabel 3. Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Ditinjau Dari Demografis .	10



LAMPIRAN

Lampiran 1. Blue Print Skala Penelitian	19
Lampiran 2. Hasil Tryout Skala Penelitian	20
Lampiran 3. Tabulasi Data	23
Lempiran 4. Hasil Analisa Data	28



KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA MAHASISWA AKHIR DENGAN JURUSAN YANG DIPREDIKSI SULIT MENDAPAT PEKERJAAN

Mahbub Nadziri

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang
Boox56@gmail.com

Persaingan antar pencari kerja sangat tinggi, perusahaan sering mengajukan syarat seperti strata pendidikan dan juga gelar sehingga jurusan menjadi faktor yang tidak kalah penting sebagai penentu peluang individu dalam mendapatkan pekerjaan. Hal tersebut meningkatkan jumlah pengangguran bertambah. Tidak jarang mahasiswa dengan jurusan tertentu dapat merasa khawatir dan cemas dalam menghadapi dunia kerja. Kecemasan menghadapi dunia kerja adalah besarnya perasaan khawatir berlebihan yang dialami oleh individu pada saat menjalani atau menghadapi dunia kerja. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui bagaimana kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir. *Snowball sampling* digunakan dalam menentukan subjek dan jumlah subjek 99 orang. Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala kecemasan menghadapi dunia kerja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih banyak subjek memiliki tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja dalam kategori sedang yaitu sebanyak 47 mahasiswa, pada kategori rendah sebanyak 27 mahasiswa dan pada kategori tinggi sebanyak 25 mahasiswa.

Kata kunci: Kecemasan menghadapi dunia kerja, mahasiswa, jurusan.

Competition between job seekers is very high, companies often submit requirements such as education strata and also degrees so that majors become no less important factors as determinants of individual opportunities to get a job. This increases the number of unemployed people. Not infrequently students with certain majors can feel worried and anxious in facing the world of work. Anxiety facing the world of work is the magnitude of feelings of excessive worry experienced by individuals when undergoing or facing the world of work. The purpose of the study was to find out how anxiety faced the world of work for final semester students. Snowball sampling is used in determining the subject and the number of subjects is 99 people. The research instrument used was the scale of anxiety facing the world of work. The results showed that more subjects had an anxiety level facing the world of work in the medium category as many as 47 students, in the low category there were 27 students and in the high category as many as 25 students.

Key word: Anxiety facing the world of work, colleges, faculty

Masyarakat mulai menyadari pentingnya pendidikan tinggi untuk kehidupan yang lebih baik. Tingkat strata satu ditempuh untuk mendapatkan pengetahuan dan keterampilan yang lebih banyak, sehingga mampu menguasai keterampilan yang tidak dimiliki oleh orang lain dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah (Soemanto, 2006) namun kenyataannya seseorang dengan pendidikan tinggi belum tentu bisa mendapat pekerjaan.

Persaingan antara pencari kerja sangatlah tinggi, hal tersebut terbukti dengan tingginya angka pengangguran yang tercatat disampaikan oleh Kepala Badan Pusat Statistik (BPS) Suryamin menuturkan bahwa tingkat pengangguran terbuka pada Februari 2016 mencapai 7.02 juta orang (Agai, 2017). Sedangkan pada agustus 2017 diperoleh data dari BPS bahwa tingkat pengangguran terbuka meningkat sebesar 5.50% (bps.go.id, 2017). Yang diperoleh dari data statistik disebutkan jumlah pengangguran lulusan universitas pada Februari 2016 mencapai lebih dari 695 ribu orang yang berarti meningkat sebesar 20% dibanding tahun sebelumnya (Miftakhul, 2017).

Tingginya angka pengangguran di Indonesia salah satunya dikarenakan pada tiap tahunnya, berbagai universitas di Indonesia meluluskan ribuan sarjana baru dari seluruh pelosok negeri, baik itu sarjana dari universitas swasta, maupun universitas negeri. Namun sangat disayangkan, dari sekian banyaknya sarjana yang diluluskan oleh universitas, mayoritas dapat dipastikan akan menjadi pengangguran. hal ini bukan tidak beralasan, data statistik menyatakan jumlah pengangguran lulusan universitas pada Februari 2016 mencapai lebih dari 695 ribu orang yang berarti meningkat sebesar 20% dibanding tahun sebelumnya (Miftakhul, 2017). Sarjana yang setelah lulus malah menjadi pengangguran dikarenakan banyaknya lulusan universitas, karena individu tersebut tidak mau melaksanakan pekerjaan yang setara dengan SMA atau SMK. Mereka menganggap memiliki kompetensi lebih tinggi sehingga harus mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan kompetensinya (Rivianto, 2017).

Meningkatnya jumlah pengangguran dengan lulusan perguruan tinggi pada tiap tahunnya dikarenakan lulusan tersebut dinilai kurang memiliki pengalaman dalam dunia kerja, nilai yang tidak memenuhi standar perusahaan dan tidak cukupnya kompetensi yang dimiliki oleh sarjana (Rosliani & Ariati, 2016). Rasa cemas dalam menghadapi dunia kerja karena kurang yakin dengan kompetensi yang dimiliki menjadi salah satu faktor penyebab munculnya rasa takut, khawatir, dan cemas pada mahasiswa tingkat akhir terhadap kemungkinan mereka mendapatkan pekerjaan (Saidah, 2013).

Mendapatkan pekerjaan menjadi keinginan pertama bagi sebagian besar lulusan perguruan tinggi, namun untuk mendapatkan pekerjaan tersebut salah satu syarat yang sering diajukan perusahaan merupakan strata pendidikan dan juga gelar. Jurusan menjadi faktor yang tidak kalah penting sebagai penentu peluang individu dalam mendapatkan pekerjaan, dikutip dari berita *online* detik.com oleh Zul dan Ang (2012) bahwa terdapat 10 jurusan yang tidak banyak dicari oleh perusahaan baik perusahaan dalam negeri maupun luar negeri, diantaranya adalah Bahasa dan Sastra dengan angka pengangguran di dunia pada jurusan ini mencapai 9.2%,

Antropologi atau Sejarah, persentase pengangguran sebesar 10.2%, Seni komersial dan Disain Grafis mencapai 11.8%, kebugaran fisik dan taman bermain dengan persentase pengangguran sebesar 8.3%, musik, dimana individu yang memilih jurusan ini biasanya untuk menyalurkan hobi dan bakat saja. Kebanyakan mahasiswa dengan lulusan tersebut memilih untuk bekerja sendiri atau berwiraswasta.

Kecemasan adalah suatu kekhawatiran umum mengenai suatu peristiwa-peristiwa yang akan datang dimana hal tersebut belum jelas kapan dan bagaimana terjadinya. Swift, Cyhlarova, Goldie dan O'Sullivan (2014) menjelaskan bahwa sekitar seperlima dari subjek penelitian menunjukkan tingkat kecemasan yang tinggi terkait masa depan terkait pekerjaan dan menjadi pengangguran, individu dengan status karyawan dan memiliki pekerjaan menunjukkan tingkat kecemasan lebih rendah dibandingkan dengan individu yang tidak memiliki pekerjaan. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Jones, Latreille dan Sloane, (2011) menunjukkan bahwa beberapa hal yang biasanya dicemaskan meliputi kesehatan, relasi sosial, ujian, karir, relasi internasional dan kondisi lingkungan dimana individu tersebut tinggal.

Kecemasan juga dapat timbul dan dirasakan saat individu dihadapkan pada realita dan tanggung jawab yang lebih besar dalam hidupnya. Seperti dengan bertambahnya usia, maka individu mencapai pada proses pencarian kerja, memikirkan dan menata peluang karir dan bersaing dengan para pencari kerja lainnya. Hal tersebut tidak sedikit menimbulkan perasaan bingung dan cemas yang kurang menyenangkan sehingga menyertai perubahan baik secara fisik dan perilaku. Individu menunjukkan perubahan seperti melakukan perilaku menghindar dengan bermain *game*, berpergian, atau mencari kesibukan lainnya (Nugroho, 2010).

Seluruh gejala yang dialami oleh individu tersebut merupakan tanda kecemasan yang dapat muncul ketika individu merasakan ancaman yang kuat terhadap nilai diri dan melibatkan keyakinan terhadap diri, kesuksesan, dan juga karir. Kecemasan berasal dari dalam diri individu itu sendiri, karena individu memiliki perasaan menjadi terancam. Kecemasan sendiri berbeda dengan rasa takut, Swift, Cyhlarova, Goldie dan O'Sullivan (2014) menjelaskan bahwa rasa takut memiliki fokus pada seseorang, atau kelompok atau pada situasi tertentu sehingga dapat diidentifikasi satu sumber eksternal dan dapat dicarikan jalan keluar dari masalah tersebut, sedangkan kecemasan muncul karena adanya pikiran yang irasional dari individu tentang situasi atau seseorang yang belum terjadi atau ditemuinya. Namun disisi lain, kita tahu bahwa tingkat dasar kecemasan normal tertentu, sebenarnya dapat membantu individu untuk lebih berempati, dan juga meningkatkan kewaspadaan.

Kecemasan yang dialami seseorang dapat terjadi pada berbagai kondisi, antara lain kecemasan pada masa depan (Hurlock, 2011). Kecemasan akan masa depan biasanya timbul dikarenakan faktor utama adalah dunia kerja. Muarifah (2005), menjelaskan bahwa kecemasan yang tidak teratasi dapat menyebabkan beberapa perilaku yang muncul, seperti perilaku yang menghindar. Perilaku tersebut biasanya akan menjadi hambatan individu untuk mendapatkan pekerjaan yang

diinginkan. Kecemasan menghadapi dunia kerja sebaiknya harus dikurangi, agar seseorang mampu menghadapi dunia kerja dan memperoleh pekerjaan yang sesuai yang mereka inginkan.

Supriyantini (2010) menemukan bahwa individu dengan kecemasan pada kenyataannya cenderung menghindari situasi yang menimbulkan perasaan yang tidak menyenangkan dalam bentuk perasaan gelisah, takut atau bersalah karena individu menganggap tidak semua masalah dapat diselesaikan dengan baik. Mortensen (2014) menjelaskan bahwa individu yang cemas sering tidak puas dengan apa yang sudah mereka kerjakan. Individu dengan kecemasan yang tinggi cenderung kurang yakin bahwa mereka memiliki keterampilan yang efektif, individu lebih banyak merasa pesimis tentang apakah yang mereka kerjakan benar, baik, atau apakah yg mereka lakukan akan membuat perbedaan. Dalam kondisi kronis, individu dengan kecemasan menghadapi dunia kerja yang tinggi akan lebih mudah menyerah terlebih saat mereka mendapat kegagalan dalam hidupnya. Munculnya perasaan kecewa dapat membuat individu memiliki kinerja buruk, dan bahkan mungkin dapat kehilangan pekerjaan atau tidak mendapat pekerjaan sama sekali. Namun disisi lain, kecemasan tersebut dapat membuat individu memiliki usaha yang lebih keras.

Lebih dalam dijelaskan oleh (Mortensen, 2014) bahwa rekan tim lebih melihat bahwa individu dengan kecemasan tinggi memiliki kompetensi yang buruk dan kurang terampil secara sosial daripada orang lain sehingga mereka memiliki hubungan yang buruk dengan lingkungannya. Individu dengan kecemasan cenderung tinggi memiliki semangat kerja yang meningkat, namun mereka cenderung untuk tidak mengambil resiko, lebih memilih untuk dapat stabil, menghindari inovasi.

Parasit (2007) dalam penelitiannya, ada dua hal penyebab kecemasan, (1) Faktor internal, yang muncul dari dalam diri pribadi seseorang seperti rasa rendah diri karena rasa bersalah yang pernah dia lakukan, sehingga membuat seseorang tersebut merasa terisolasi dari lingkungan masyarakat; (2) Faktor Eksternal, meliputi sikap yang diperoleh individu dari lingkungan sekitar, seperti tidak diterimanya kembali dalam lingkungan tersebut. Firshein (Nuhriawangsa, 2001) menyebutkan salah satu faktor yang dapat menyebabkan kecemasan antara lain kepribadian. Sejauh mana individu mampu memberikan respon terhadap kecemasan yang muncul dari emosi negatif dan lingkungan, bisa atau tidaknya individu mengurangi penyebab kecemasan atau malah membiarkan berkembang sehingga memunculkan perilaku yang kurang sesuai dalam mengekspresikan kemarahan, kesedihan, dan kekecewan.

Berdasarkan pemaparan diatas maka rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir. Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir dengan jurusan yang diprediksi sulit mendapat pekerjaan. Manfaat penelitian adalah untuk memberikan wawasan baru pada pembaca, serta menjadi bahan informasi bagi mahasiswa akhir dan perguruan

tinggi dalam meminimalisir kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir.

Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Stern, Maddy dan Burt (Alwisol, 2009) menjelaskan bahwa kepribadian adalah kehidupan individu secara keseluruhan, dan seperangkat karakteristik yang menentukan keumuman dan perbedaan tingkah laku psikologis (berfikir, merasa, gerakan) dari individu dalam waktu panjang dan tidak dapat dipahami secara sederhana sebagai hasil dari tekanan sosial. Teori psikologi kepribadian mempelajari terkait domain karakteristik kepribadian dengan ciri umum yang dibagi pada dimensi kepribadian lima besar atau biasa disebut dengan *big five personality*. Terdapat beberapa istilah yang menjelaskan kelima dimensi kepribadian tersebut yaitu *extraversion*, *openness*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *neuroticism*. Kecemasan biasanya dipahami sebagai salah satu dari banyak karakteristik neurotisisme, kecemasan dalam tingkatan tertentu masuk dalam dimensi kepribadian yang sering disebut sebagai *neuroticism* (Wilt, Oehlberg & Revelle, 2011). Gangguan kecemasan merupakan respon dari ketakutan yang berlebihan dan menimbulkan perubahan perilaku pada individu. Stimulus yang datang pada individu dapat menghasilkan kecemasan yang tidak proporsional yang merupakan sumber intens distress atau gangguan fungsi yang signifikan (Maina, Mauri & Rossi, 2016). Dimensi *neuroticism* menggambarkan seseorang yang memiliki masalah emosi negatif seperti khawatir dan rasa tidak aman. *Neuroticism* mengindikasikan faktor psikologis individu terkait ide yang tidak realistis dan *maladaptive coping response*. *Neuroticism* terdiri dari *self-consciousness* (kesadaran diri), *impulsiveness*, *angry hostility* (amarah), dan *anxiety* (kecemasan).

Kecemasan merupakan reaksi emosi yang terjadi karena seseorang mengalami tekanan perasaan dan tekanan batin secara berlebihan yang timbul dari perasaan kekhawatiran yang subjektif dan tidak jelas penyebabnya yang meyakini bahwa sesuatu akan terjadi (Clift, 2011; Ratih 2012). Individu dengan kecemasan membutuhkan penanganan agar mereka dapat nyaman dengan kondisinya. Kecemasan pada individu merupakan kekuatan dan stimulus yang besar dalam menggerakkan tingkah laku individu. Kekuatan tersebut mengarahkan individu memiliki tingkah laku yang menyimpang ataupun yang terganggu. Tingkah laku yang dimunculkan oleh individu dengan kecemasan merupakan pernyataan, penampilan, penjelmaan dari pertahanan terhadap kecemasan tersebut (Gunarsa, 2008).

Kecemasan bisa datang dalam berbagai bentuk. Terkadang kecemasan disertai dengan kepanikan intens, ketakutan, atau ketakutan di mana seorang individu mungkin mengalami nyeri dada, sesak napas, jantung yang berdetak lebih cepat, pusing, dan ketidaknyamanan perut. Kecemasan bisa bermanifestasi sebagai pikiran yang tidak diinginkan, berulang-ulang dan perilaku kompulsif yang tampaknya mustahil untuk dihentikan. Kadang-kadang kecemasan secara khusus terkait dengan situasi tertentu, seperti berbicara di depan umum, naik lift, atau menemui binatang yang berbahaya dan ketakutan yang bersumber dari bayangan

yang akan terjadi (Kemp & Felmingham, 2008). Menurut *National Institute of Mental Health* (NIMH) (Shiri, Akhavan & Geramian, 2012) kecemasan mempengaruhi sekitar 40 juta orang dewasa muda di Amerika atau sekitar 18% pada tahun tertentu.

Individu dapat memiliki *synthom* atau gejala dalam pembentukan kecemasan dalam dirinya seperti timbulnya pikiran yang obsesif, kesulitan untuk bersantai, merasa gelisah, lebih mudah merasa kelelahan, sulit berkonsentrasi dan cenderung memiliki pemikiran yang kosong, muncul ketegangan ditandai dengan menegangnya otot, merasa gugup dan mudah kaget, mengalami kesulitan tidur, berkeringat, mual, sesak nafas dan detak jantung lebih cepat serta cenderung menghindari kegiatan dengan tujuan untuk mengurangi kemungkinan situasi yang berbahaya (Heeren & McNally, 2016).

Kecemasan pada mahasiswa akhir biasanya dihubungkan pengerjaan tugas akhir dan persiapan untuk memasuki dunia kerja. Kecemasan menghadapi dunia kerja merupakan perasaan khawatir berlebihan yang dialami oleh individu pada saat menjalani atau menghadapi dunia kerja. Kecemasan menghadapi dunia kerja biasanya muncul karena adanya keinginan untuk mencari pekerjaan sesuai dengan latar belakang pendidikan yang dimilikinya (Kusuma, 2010). Ada tiga level yang membuat mahasiswa akhir mengalami kecenderungan kecemasan menghadapi dunia kerja, yaitu level ekonomi, dimana individu dinilai berdasarkan aset dan kemampuan mereka dalam mengelola hidup sesuai dengan kekayaan yang dimilikinya. Selanjutnya pada level sosial, yaitu individu dinilai berdasarkan peran dan kedudukannya di lingkungan sosial, dan level eksistensial dimana sebagian besar *fresh graduate* masih dalam kondisi prematur dan belum menemukan bentuk yang *settle*. Khusus pada level ketiga, ini sangat merongrong identitas pribadi sehingga membuat individu dalam kebingungan (Kusuma, 2010).

Aspek Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Greenberger dan Padesky (dalam Fenn & Byrne, 2013) menjabarkan bahwa ada empat aspek kecemasan yaitu:

- a. *Physical symptoms* atau reaksi fisik yang terjadi pada orang yang cemas, seperti telapak tangan yang berkeringat, otot tegang, jantung berdebar, sulit bernafas, pusing ketika individu menghadapi kecemasan.
- b. *Thought*, yaitu pemikiran negatif dan irasional individu berupa perasaan tidak mampu, tidak siap, dan merasa tidak memiliki keahlian, seperti tidak siap dalam menghadapi wawancara kerja, tidak yakin dengan kemampuannya sendiri. Pemikiran ini cenderung akan menetap pada individu, jika individu tidak merubah pemikiran menjadi sesuatu yang lebih positif.
- c. *Behavior*, individu dengan kecemasan akan cenderung menghindari situasi penyebab kecemasan tersebut dikarenakan individu merasa dirinya terganggu dan tidak nyaman seperti keringat dingin, mual, sakit kepala, leher kaku, dan juga gangguan tidur saat memikirkan dunia kerja kelak. Perilaku yang muncul seperti kesulitan tidur saat memikirkan pekerjaan.

- d. *feelings*, yaitu susana hati individu dengan kecemasan cenderung meliputi perasaan marah, panik, gugup yang dapat memunculkan kesulitan untuk memutuskan sesuatu seperti perasaan gugup saat ada perbincangan dunia kerja.

Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan

Carpenito (Samreen & Zubair, 2013) menjelaskan bahwa terdapat 4 faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu : 1) Situasional, faktor ini melibatkan diri personal dan juga lingkungan. Jika lingkungan tidak terstruktur dengan baik, hal ini dapat membuat mahasiswa mudah terancam dan memiliki kecenderungan yang lebih besar untuk mengalami kecemasan (Warne, Johansson, Papastavrou, Tichelaar, Tomietto, Van den Bossche & Saarikoski, 2010). Faktor situasional juga merupakan faktor dimana pengajaran dilakukan sehingga membuat proses belajar menjadi menyenangkan atau menjadi suatu pengalaman yang menyulitkan, 2) Maturasional atau pematangan terhadap individu yang sudah merasa nyaman dengan kemampuan, pengetahuan dan respon yang telah mereka kembangkan selama bertahun-tahun (Potter & Perry, 2010), 3) Tingkat Pendidikan, individu yang berpendidikan tinggi akan cenderung mempunyai *coping* yang lebih baik dari pada yang berpendidikan rendah sehingga dapat menekan dan meminimalisir kecemasan yang terjadi pada dirinya, dan 4) Karakteristik stimulus yaitu berkaitan intensitas stressor, lamanya stressor, jumlah stressor yang datang pada individu, dan karakter individu. Intensitas terkait dengan pemahaman individu terhadap stressor yang dialami dalam intensitas minimal, sedang ataupun berat (Potter & Perry, 2010).

Jurusan yang sulit mendapatkan pekerjaan

Pekerjaan menjadi keinginan pertama bagi mahasiswa setelah lulus, namun untuk mendapatkan pekerjaan tersebut salah satu syarat yang sering diajukan perusahaan merupakan strata pendidikan dan juga gelar. Jurusan menjadi faktor yang tidak kalah penting sebagai penentu peluang individu dalam mendapatkan pekerjaan, dikutip dari berita *online* detik.com oleh Zul dan Ang (2012) bahwa terdapat 10 jurusan yang tidak banyak dicari oleh perusahaan baik perusahaan dalam negeri maupun luar negeri, diantaranya adalah Bahasa dan Sastra dengan angka pengangguran didunia pada jurusan ini mencapai 9.2%, Antropologi atau Sejarah, persentasi pengangguran sebesar 10.2%, Seni komersial dan Disain Grafis mencapai 11.8%, kebugaran fisik dan taman bermain dengan persentase pengangguran sebesar 8.3%, musik, dimana individu yang memilih jurusan ini biasanya untuk menyalurkan hobi dan bakat saja. Kebanyakan mahasiswa dengan lulusan tersebut memilih untuk bekerja sendiri atau berwiraswasta.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian non-eksperimen dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Deskriptif kuantitatif adalah penelitian yang dilakukan untuk

mengetahui nilai variabel mandiri tanpa membuat perbandingan, atau menghubungkan dengan variabel yang lain (Sugiyono, 2016), karena peneliti ingin mencari data terkait gambaran tentang aspek-aspek kecemasan dalam membentuk kecemasan dalam menghadapi dunia kerja bagi mahasiswa akhir. Dengan pendekatan deskriptif kuantitatif peneliti dapat menggambarkan dan mendeskripsikan bagaimana kecemasan pada mahasiswa akhir.

Subjek Penelitian

Populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian oleh karena itu untuk melakukan penelitian ini tentu ada subjek penelitian sebagai sumber untuk menggali data. Penelitian ini akan menyelidiki tentang kecemasan mahasiswa akhir dalam menghadapi dunia kerja. Karakteristik subjek dalam penelitian ini mahasiswa akhir dengan minimal semester 7 yang sedang menempuh skripsi yaitu jurusan kebugaran fisik atau guru olahraga, sastra atau bahasa, dan seni desain grafis. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *snowball sampling*. Teknik *sampling* ini dilakukan dengan terlebih dahulu menentukan sampel yang mula-mula jumlahnya kecil, kemudian sampel ini disuruh memilih teman-temannya untuk dijadikan sampel begitu seterusnya, sehingga jumlah sampel semakin banyak. Ibarat bola salju yang menggelinding semakin lama semakin besar (Sugiyono, 2011). Sampel yang diambil dalam penelitian ini sejumlah 99 subjek dengan pertimbangan peneliti bahwa ketentuan studi korelasional dan studi kausal-komparatif dengan analisa parametrik jumlah sampel minimal 30 sampel (Prayitno, 2011).

Variabel dan Instrumen Penelitian

Variabel dalam penelitian ini hanya terdapat satu variabel yang biasa disebut dengan variabel tunggal yaitu kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir dengan jurusan yang diprediksi sulit mendapat pekerjaan. Kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir yang diprediksi sulit mendapat pekerjaan adalah berapa besarnya perasaan khawatir berlebihan yang dialami oleh mahasiswa semester akhir dengan jurusan-jurusan yang diprediksi sulit mendapat kerja pada saat menjalani atau menghadapi dunia kerja. Kecemasan menghadapi dunia kerja diukur melalui skala kecemasan menghadapi dunia kerja yang disusun mandiri oleh peneliti berupa skala *likert* yang berjumlah 24 item. Dimana disusun berdasarkan aspek-aspek yang diungkapkan oleh Greenberger dan Padesky yaitu a) *physical symptoms*, b) *thought*, c) *behavior*, dan d) *feelings*. Berdasarkan hasil uji coba diperoleh nilai reliabilitas sebesar 0.901 dan indeks validitas berada 0.320-0.691.

Skala ini menggunakan 4 rentangan pilihan, diantaranya SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju). Subjek diminta memilih satu dari empat kategori jawaban berdasarkan pernyataan yang terdapat di skala *Coping stress* yang di bagikan peneliti kepada responden penelitian. Untuk item *favourable* pilihan SS memiliki skor 4, S mendapat skor 3, TS mendapat skor 2 dan STS memiliki skor 1. Sedangkan untuk item *unfavorable* pilihan SS memiliki skor 1, S memiliki skor 2, TS memiliki skor 3, dan STS memiliki skor 4.

Prosedur dan Analisis Data

Prosedur dalam penelitian ini pertama diawali dengan penyusunan proposal penelitian, kemudian melakukan bimbingan kepada dosen dan mencari skala kecemasan menghadapi dunia kerja yang digunakan untuk mengukur kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir. Selanjutnya penyebaran skala kecemasan menghadapi dunia kerja kepada 30 orang mahasiswa akhir. Tahapan ini biasa disebut dengan istilah *tryout* yang dilakukan pada 14 Juli 2018. Pada tahapan ini, peneliti melakukan *skoring* pada masing-masing jawaban subjek kemudian dilakukan analisis data untuk mencari validitas dan reliabilitas skala.

Tahap ketiga yaitu tahap pelaksanaan, pada tahap ini peneliti melakukan pengumpulan data dengan cara menyebarkan *instrument* berupa skala yang itemnya sudah valid kepada subjek dengan kriteria yang telah ditentukan. Penelitian dilakukan pada 18-29 Juli 2018, subjek diminta untuk mengisi skala kemudian mengumpulkan skala yang telah diisi. Selanjutnya dilakukan tahap analisa data menggunakan analisa deskriptif untuk mengetahui nilai variabel mandiri tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan dengan variabel lain (Sarwono, 2010). Setelah melakukan analisa data lalu menginterpretasikan hasil analisis data dan membahasnya dengan mengkaitkan teori kemudian membuat kesimpulan hasil penelitian sesuai dengan hipotesa dan tujuan penelitian. Tahap keempat diakhiri dengan penulisan laporan penelitian yaitu menyelesaikan laporan penelitian sesuai dengan format yang telah ditentukan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diperoleh data dari 99 subjek yang merupakan mahasiswa semester akhir dengan jurusan yang di prediksi sulit mendapat pekerjaan yang terlibat dalam penelitian dapat dijelaskan sebagai berikut.

Tabel 1 Deskripsi Subjek

Deskripsi	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	51	51.5%
Perempuan	48	48.5%
Jurusan		
Sastra	32	32.3%
Desain Grafis	20	20.2%
Guru Olahraga	23	23.2%
Seni	24	24.2%

Deskripsi	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
21 Tahun	4	4%
22 Tahun	5	5.1%
23 Tahun	33	33.3%

24 Tahun	34	34.3%
25 Tahun	19	19.2%
26 Tahun	3	3%
27 Tahun	1	1%
Total	99	100%

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa jumlah subjek laki-laki sebanyak 51 mahasiswa (51.5%) dan jumlah subjek perempuan sebanyak 48 mahasiswi (48.5%). Sedangkan berdasarkan jurusan, mahasiswa pada jurusan sastra diketahui sebanyak 32 mahasiswa (32.3%), pada jurusan desain grafis terdapat sebanyak 20 mahasiswa (20.2%), guru olahraga sebanyak 23 mahasiswa (23.2%) dan seni sebanyak 24 mahasiswa (24.2%). Maka dapat disimpulkan bahwa subjek paling banyak berasal dari mahasiswa jurusan bahasa dan paling sedikit dengan jurusan desain grafis.

Sedangkan pada usia, subjek paling banyak berada pada usia 24 tahun yaitu 34 mahasiswa (34.3%), pada usia 23 tahun sebanyak 33 mahasiswa (33.3%), pada usia 25 tahun sebanyak 19 mahasiswa (19.2%), lalu dilanjutkan pada usia 22 tahun sebanyak 5 mahasiswa (5.1%), usia 21 tahun sebanyak 4 mahasiswa (4%) dan pada usia 26 tahun dan 27 tahun paling sedikit yaitu masing-masing hanya terdapat 3 mahasiswa (3%) dan 1 mahasiswa (1%).

Tabel 2. Kategori Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja

Kategori	F	%
Tinggi	25	25.3
Sedang	47	47.5
Rendah	27	27.3
Total	99	100

Berdasarkan tabel 2, kategori kecemasan menghadapi dunia kerja subjek penelitian berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 47 mahasiswa (47.3%), dengan kategori kecemasan menghadapi dunia kerja tinggi sebanyak 25 mahasiswa (25.3%) dan dengan kategori kecemasan rendah sebanyak 27 mahasiswa (27.3%).

Tabel 3. Kategori Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja ditinjau dari demografis responden

Klasifikasi	Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja						Total
	Rendah		Sedang		Tinggi		
	F	%	F	%	F	%	
Jenis Kelamin							
Laki-laki	17	17.2	21	21.2	13	13.1	51 (51.5%)
Perempuan	10	10.1	26	26.3	12	12.1	48 (48.5%)
Jurusan							
Sastra	4	4	15	15.2	13	13.1	32 (32.3%)
Desain Grafis	8	8.1	11	11.1	1	1	20 (20.2%)
Guru Olahraga	8	8.1	10	10.1	5	5.1	23 (23.2%)
Seni	7	7.1	11	11.1	6	6.1	24 (24.2%)

Usia							
21 Tahun	2	2	2	2	0	0	4 (4%)
22 Tahun	0	0	3	3	2	2	5 (5.1%)
23 Tahun	11	11.1	16	16.2	6	6.1	33 (33.1%)
24 Tahun	6	6.1	15	15.2%	13	13.1	34 (34.3%)
25 Tahun	7	7.1	9	9.1	3	3	19 (19.2%)
26 Tahun	1	1	1	1	1	1	3 (3%)
27 Tahun	0	0	1	1	0	0	1 (1%)
Total	27	27.3	47	47.5	25	25.3	100%

Dari tabel 3, dapat diketahui bahwa kategori kecemasan menghadapi dunia kerja berdasarkan jenis kelamin berada pada rentangan sedang baik laki-laki maupun perempuan yaitu pada laki-laki sebanyak 21 mahasiswa (21.2%) dan pada perempuan sebanyak 26 mahasiswi (26.3%). Sedangkan berdasarkan jurusan, dapat diketahui bahwa pada jurusan bahasa sastra memiliki tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja dalam kategori tinggi sebanyak 13 mahasiswa (13.1%), pada jurusan desain grafis, seni dan guru olahraga memiliki tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada kategori sedang dengan masing-masing sebanyak 11 mahasiswa (11.1%) untuk jurusan desain grafis dan seni, sedangkan pada jurusan guru olah raga sebanyak 10 mahasiswa (10.1%). Dapat diketahui pula bahwa pada subjek usia 23 tahun mengalami kecemasan menghadapi kecemasan menghadapi dunia kerja dalam kategori sedang yaitu sebanyak 16 mahasiswa (16.2%), dilanjutkan dengan subjek usia 24 tahun sebanyak 15 mahasiswa (15.2%).

DISKUSI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek lebih banyak berada pada kategori kecemasan menghadapi dunia kerja yang sedang, yaitu sebanyak 47 mahasiswa (47.5%). Sedangkan dengan kategori rendah 27 mahasiswa (27.3%) mahasiswa, dengan kategori kecemasan menghadapi dunia kerja tinggi sebanyak 25 mahasiswa (25.3%). Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawati (2012), Fauziah dan Ariati, (2015) dan Rosliani dan Ariati, (2017) menunjukkan bahwa menghadapi dunia kerja dalam kategori rendah, hal tersebut dikarenakan adanya faktor internal maupun eksternal yang dapat mempengaruhi. Faktor-faktor tersebut diantaranya adalah kepercayaan diri, faktor kognitif, dan faktor perilaku.

Kecemasan adalah respons emosional dan perilaku adaptif rangsangan mengancam, hadir dari bayi dan penting untuk kelangsungan hidup. Kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang berhubungan dengan reaksi fisiologis (misalnya, ketegangan otot, peningkatan denyut jantung, berkeringat), kognitif (misalnya, berpikir tentang dugaan bahaya, sering dalam bentuk apa-seandainya), dan perilaku (misalnya, menghindari situasi kecemasan). Ketika reaksi-reaksi tersebut muncul melebihi bahaya yang terjadi sesungguhnya maka dapat mengganggu aktifitas dan fungsi pada kehidupan sehari-hari, maka dianggap sebagai maladaptif. (Mortensen, 2014).

Faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia kerja diantaranya adalah kepastian untuk diterima oleh perusahaan, kepastian upah yang cukup, masa

kerja, rekan dan atasan kerja, dan terkait kemampuan diri (Alkhathami, Kaviani & Emma, 2014) yang dimiliki oleh mahasiswa semester akhir. Keyakinan terhadap kemampuan dirinya pada mahasiswa wakhir dapat membuat mahasiswa semester akhir mampu untuk percaya diri, mengurangi kekhawatiran dan rasa gelisah. Faktor kurangnya keahlian dan pengalaman dalam bidang pekerjaan, apabila individu kurang memiliki keahlian dan pengalaman dalam bidang pekerjaan, maka individu akan mengalami kesulitan dalam menghadapi persaingan dunia kerja sehingga menimbulkan kekhawatiran (Rahmawati, Dwityanto & Psi, 2017).

Temuan penelitian yang dilakukan oleh Roberts, Roberts dan Chan (2009) menjelaskan bahwa wanita lebih beresiko mengalami gejala depresi, stress terkait dengan atribut *feminism* dan citra diri. Hal tersebut mengakibatkan wanita memiliki harga diri rendah, citra diri negatif, ketakutan dinilai negatif oleh orang lain, dan kurang puasnya dengan tubuh mereka. Sedangkan pada laki-laki ditemukan mengalami lebih banyak tekanan sosial dan lebih rentan mengalami gejala kecemasan terkait dengan hubungan intrapersonal, karir dan masalah keuangan. Adanya norma sosial terkait beban tanggung pada laki-laki dewasa menciptakan kecemasan akan ketidakmampuan menangani pemenuhan kehidupan secara mandiri (Hosseini & Khazali, 2013).

Terkait hasil penelitian yang menunjukkan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir dalam kategori rendah, hal tersebut dapat terjadi karena saat ini terdapat banyak lowongan pekerjaan yang diperuntukkan bagi lulusan semua jurusan seperti pegawai bank, *sales produk*, *customer service*, admin sosial media, operator *call center*, hingga *management tranee* (Wicaksono, 2017) yang tidak terlalu memperhatikan latar belakang pendidikan pekerja. Selain itu, dalam penelitiannya menunjukkan bahwa semakin bertambahnya usia individu maka ada kecenderungan kecemasan yang dirasakan semakin menurun. Hal tersebut dapat dikarenakan adanya proses adaptasi individu yang dilakukan secara terus menerus sehingga individu mampu seimbang dalam menghadapi lingkungan menekan (Lutfi & Maliya (2008).

Mahasiswa semester akhir akan memasuki tugas dan tanggung jawab baru dalam hidupnya. Setelah menyelesaikan perkuliahan maka mereka bersiap untuk memasuki dunia kerja dengan bekal ilmu dan pengalaman yang didapatkannya selama kuliah. Namun tidak hanya bekal ilmu yang dibutuhkan mahasiswa dalam bekerja, tetapi kesiapan mental, optimisme, *leaderships*, *management conflict* yang baik dan keterampilan intrapersonal juga dibutuhkan dalam memasuki dunia kerja (Ogbodo & Onyishi, 2012). Nugroho (2010) juga menemukan bahwa kepercayaan diri dapat menurunkan kecemasan pada mahasiswa semester akhir terutama kecemasan menghadapi dunia kerja. Mahasiswa dengan kepercayaan diri yang tinggi cenderung yakin terhadap kemampuan dirinya sehingga tidak merasa takut terhadap persaingan dalam memasuki dunia kerja dan mampu menyelesaikan tantangan dan permasalahan yang menghambat dalam dunia kerja.

Sehingga selain kepercayaan diri, mahasiswa juga memerlukan konsep diri untuk dapat menghadapi tugas perkembangan. Said dan Astuti (2014) tinggi rendahnya kecemasan dalam menghadapi dunia kerja yang dialami oleh mahasiswa salah

satunya juga dipengaruhi oleh konsep diri. Dalam penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara konsep diri dan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa. Hal ini dikarenakan konsep diri terbentuk dari berbagai pengalaman individu dalam berhubungan dengan orang lain, sehingga individu akan mampu menilai dan memandang dirinya sendiri.

Kelebihan dalam penelitian ini menjabarkan terkait kecemasan menghadapi dunia kerja pada subjek penelitian yaitu mahasiswa semester akhir dengan jurusan tertentu yang di prediksi sulit mendapat pekerjaan. Namun peneliti juga memiliki keterbatasan penelitian ini adalah pada literatur pendukung, kurang lengkap jurusan-jurusan yang diprediksi sulit mendapat pekerjaan yang menjadi sampel dalam penelitian serta sulitnya mendapat subjek dengan jurusan tersebut di kota tempat penelitian, penelitian ini dilaksanakan pada saat liburan semester genap sehingga subjek penelitian terbatas. Subjek pada penelitian ini berjumlah 99 orang.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir dengan jurusan yang diprediksi sulit mendapat pekerjaan. Hasil dari penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa subjek penelitian menunjukkan subjek dengan kategori kecemasan menghadapi dunia kerja yang sedang lebih banyak dibandingkan dengan mahasiswa dengan kategori kecemasan menghadapi dunia kerja yang rendah dan tinggi. Dari hasil tabel demografi responden, tingkat kecemasan menghadapi dunia kerja diketahui bahwa jenis kelamin laki-laki, mahasiswa dengan jurusan desain grafis dan mahasiswa usia 23 tahun memiliki tingkat kecemasan dengan kategori tinggi.

Implikasi praktis yang dapat di gambarkan dalam penelitian ini adalah baiknya mahasiswa semester akhir terutama pada jurusan-jurusan yang sulit diprediksi lebih meningkatkan ketrampilan dan kemampuan dalam bidang tertentu yang dimiliki dan juga tidak kalah penting untuk dapat meningkatkan kepercayaan terhadap kemampuan diri. Bagi penelitian berikutnya bisa melanjutkan penelitian dengan tema dan subjek yang sama namun dengan ditambah variabel lain yang mungkin menarik untuk diteliti seperti *hardiness*, dan juga regulasi emosi.

DAFTAR PUSTAKA

- Agai, D. (2017). Jangan menunda-nunda, bahaya kamu nanti. Dikutip melalui link: <https://student.cnnindonesia.com/keluarga/20170407111647-436-205680/jangan-menunda-nunda-bahaya-kamu-nanti/> pada tanggal 18 Maret 2018.
- Alkhatami, S., Kaviani, H., & Emma, S. (2014). Social anxiety among adolescents and its relation to quality of life. *Eur Proc Soc Behav Sci*, 218, 228.
- Antara. (2016). Jumlah pengangguran RI 5,5 persen per Februari 2016. Diakses melalui link: <https://bisnis.tempo.co/read/1081706/nicke-widyawati-lulusan-itb-yang-didapuk-jadi-plt-pertamina> pada tanggal 20 April 2017.
- Cliff, L. (2011). *New measures for witnesses: are they performing as anticipated?* (Doctoral dissertation, University of Glasgow).
- Fauziyah, F. K., & Ariati, J. (2015). Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa S1 Tingkat Akhir. *Empati*, 4(4), 255-261.
- Fenn, K., & Byrne, M. (2013). The key principles of cognitive behavioural therapy. *InnovAiT*, 6(9), 579-585.
- Fresco, D. M., Mennin, D. S., Heimberg, R. G., & Ritter, M. (2013). Emotion regulation therapy for generalized anxiety disorder. *Cognitive and Behavioral Practice*, 20(3), 282-300.
- Gunarsa, S. D. (2008). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. BPK GunungMulia. Diakses melalui link: https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=sDcYbzEdXAC&oi=fnd&pg=PA3&dq=Singgih+D.+Gunarsa,+2008&ots=38tVSLftf_&sig=K2otImkAaFXAzMlqi4rMygtslw&redir_esc=y#v=onepage&q=Singgih%20D.%20Gunarsa%2C%202008&f=false pada tanggal 18 April 2018.
- Heeren, A., & McNally, R. J. (2016). An integrative network approach to social anxiety disorder: the complex dynamic interplay among attentional bias for threat, attentional control, and symptoms. *Journal of Anxiety Disorders*, 42, 95-104.
- Hosseini, L., & Khazali, H. (2013). Comparing the level of anxiety in male & female school students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 84, 41-46.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (edisi 5). Jakarta: Erlangga.
- Jones, M. K., Latreille, P. L., & Sloane, P. J. (2011). Job anxiety, work-related psychological illness and workplace performance.

- Kurniawati, A. (2012). Perbedaan Tingkat Kecemasan pada Remaja dengan Ciri Kepribadian Introvert dan Ekstrovert di kelas X SMA Negeri 4 Surakarta. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Kusuma, D. (2010). *Dilema fresh graduate*. Diakses melalui link: https://www.kompasiana.com/wd.kusuma/dilema-freshgraduate_54ff5358a333112b4a50fea8 pada 14 Mei 2018.
- Lutfu, U., & Maliya, A. (2008). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pasien dalam tindakan kemoterapi di Rumah Sakit Dr. Moewardi Surakarta. *Jurnal e-biomedik (eBM)*, 1, 642-645.
- Maina, G., Mauri, M., & Rossi, A. (2016). Anxiety and depression. *Giornale italiano di psicopatologia*, 22(4), 236-250.
- Mortensen, R. (2014). Anxiety, work, and coping. *The Psychologist-Manager Journal*, 17(3), 178.
- Muarifah, A. (2012). Hubungan kecemasan dan agresivitas. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 2(2), 102-112.
- Mustakhul, F. S. (2017). Sarjana menganggur semakin banyak. Dikutip melalui link: <https://www.jawapos.com/read/2017/01/30/105943/sarjana-menganggur-semakin-banyak> pada tanggal 17 Maret 2018.
- Nugroho, T.F.A. (2010). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja pada mahasiswa semester akhir di Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. *Skripsi Psikologi*. Yogyakarta.
- Olofsdotter, S. (2017). Anxiety among adolescents: Measurement, clinical characteristics, and influences of parenting and genetics. *Summaries of Uppsala Dissertations*. Faculty of Medicine Universitatis Upsaliensis Uppsala Swedia.
- Rahmawati, N.S., Dwityanto, A., & Psi, S. (2017). Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa smk muhammadiyah karanganyar. *Skripsi Psikologi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ratih, N. K., Fitriyani, P., & Nurviyandari, D. (2012). Hubungan tingkat kecemasan terhadap koping siswa SMUN 16 dalam menghadapi ujian nasional. *Skripsi tidak dipublikasi*. FIK-Universitas Indonesia, Depok, Jawa Barat.
- Rivianto. (2017). Pengangguran di Indonesia tinggi karena lulusan perguruan tinggi terlalu milih pekerjaan. Dikutip melalui link: <http://www.tribunnews.com/nasional/2017/11/08/pengangguran-di-indonesia-tinggi-karena-lulusan-perguruan-tinggi-terlalu-milih-pekerjaan> pada tanggal 18 Maret 2018.

- Roberts, R. E., Roberts, C. R., & Chan, W. (2009). One-year incidence of psychiatric disorders and associated risk factors among adolescents in the community. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 50(4), 405-415.
- Robinson, A.L., Mansfield-Green, S., & Lafrance, G. (2014). Disordered eating behaviours in an undergraduate sample: Associations among gender, body mass index, and difficulties in emotion regulation, *Canadian Journal of Behavioural Science*, 46, 320-326.
- Saidah, S. K. (2013). Perbedaan tingkat *fear of success* pada sarjana perempuan Psikologi IAIN Sunan Ampel Surabaya ditinjau dari demografi. *Skripsi IAIN Sunan Ampel Surabaya*.
- Samreen, H., & Zubair, A. (2013). Locus of control and death anxiety among police personnel. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 28(2), 261.
- Sari, D. Y., & Astuti, T. P. (2014). Kecemasan dalam menghadapi dunia kerja ditinjau dari konsep diri pada mahasiswa tingkat akhir. *Empati*, 3(4), 131-142.
- Sarwono, J. (2010). *Pintar menulis karya ilmiah. Kunci sukses dalam menulis ilmiah*. Yogyakarta: Andi Offset diakses melalui link e-book: <https://books.google.co.id/books?id=kaKXKr0hO80C&pg=PA33&dq=teknik+analisa+deskriptif+kuantitatif+sugiyono&hl=en&sa=X&ved=0ahUKUewjMoK30mOHcAhWVeisKHV0XBsUQ6AEIOjAC#v=onepage&q=teknik%20analisa%20deskriptif%20kuantitatif%20sugiyono&f=false> pada 8 Agustus 2018.
- Shiri, M., Akhavan, S., & Geramian, N. (2012). Anxiety Disorder and Its Types. In *Essential Notes in Psychiatry*. InTech.
- Soemanto, W. (2006). *Psikologi pendidikan: landasan kerja pemimpin pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukidjo. (2005). Peran kewirausahaan dalam mengatasi pengangguran di Indonesia. *Economia*, 1(1), 17-28.
- Swift, P., Cyhlarova, E., Goldie, I., & O'Sullivan, C. (2014). *Living with anxiety. Understanding the role and impact of anxiety in our live*. United Kingdom: Mental Health Foundation.
- Warne, T., Johansson, U. B., Papastavrou, E., Tichelaar, E., Tomietto, M., Van den Bossche, K., & Saarikoski, M. (2010). An exploration of the clinical learning experience of nursing students in nine European countries. *Nurse education today*, 30(8), 809-815.
- Wicaksono, B. D. (2017). 10 pekerjaan menjanjikan yang bisa dilamar semua jurusan kuliah. Diakses melalui link: <https://today.line.me/id/pc/article/10+Pekerjaan+Menjanjikan+yang+Bisa+Dilamar+Semua+Jurusan+Kuliah->

[d8bcf325c5d950ca055e63f0f3828795c06c8583e40a9af2132dbdd737331e24](https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.08.018) pada 8 Agustus 2018.

Wilt, J., Oehlberg, K., & Revelle, W. (2011). Anxiety in personality. *Personality and Individual Differences*, 50(7), 987-993.

Zul., & Ang. (2012). 10 jurusan kuliah yang paling sulit dapat pekerjaan. Diakses melalui link: <https://finance.detik.com/berita-ekonomi-bisnis/d-2062348/10-jurusan-kuliah-yang-paling-sulit-dapat-pekerjaan-1/3> pada 12 April 2018.

<https://www.bps.go.id/website/images/tenaga-kerja-Agustus-2017-ind.jpg>.



LAMPIRAN



LAMPIRAN 1

Blue Print dan Skala Penelitian

1. Sebelum Tryout

No	Indikator	Sebaran Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorable	
1	Reaksi fisik	2, 9, 18	1, 6, 13	6
2	Pemikiran	3, 8, 15	11, 20, 24	6
3	Perilaku	7, 14, 16	4, 17, 22	6
4	Suasana hati	5, 12, 19, 23	10, 21	6
Total		13	11	24

2. Setelah Tryout

No	Indikator	Sebaran Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorable	
1	Reaksi fisik	2, 9, 15	1, 6, 11	6
2	Pemikiran	3, 8, 13	16, 19	5
3	Perilaku	7, 12, 14	4, 17	5
4	Suasana hati	5, 18	10	3
Total		11	8	19

No	Indikator	Sebaran Item	
		Favorabel	Unfavorable
1	Reaksi fisik	2. Perut saya melilit membayangkan beratnya tanggung jawab pekerjaan 9. Saya sering buang air kecil saat memikirkan wawancara kerja 18. Atasan kerja yang galak membuat kinerja saya menurun	1. Saya tidak merasa gugup saat memikirkan seleksi masuk kerja 6. Saya yakin dapat beradaptasi di dunia kerja kelak 13. Saya bersemangat saat membayangkan dunia kerja yang saya impikan.
2	Pemikiran	3. Saya takut gagal menghadapi proses seleksi masuk kerja. 8. Beradaptasi di lingkungan kerja membuat saya merasa gelisah 15. Saya mual ketika memikirkan beratnya tanggung jawab di tempat kerja	11. Saya yakin mampu bekerja dengan baik 20. Saya semangat untuk mendapat pekerjaan impian saya 24. Saya berfikir bahwa saya tidak mampu melewati tes kerja
3	Perilaku	7. Saya menghindari pembicaraan terkait karir 14. Tangan saya berkeringat saat akan wawancara kerja 22. Saya sulit tidur membayangkan sulitnya mendapat pekerjaan	4. Saya merasa sangat bersemangat saat memikirkan dunia kerja 16. Mencari tips menghadapi dunia kerja adalah kegiatan yang menyenangkan 17. Saya membaca banyak buku tentang psikotes dan wawancara kerja
4	Suasana hati	5. Saya cemas saat terlibat pembicaraan tentang seleksi masuk kerja 12. Saya takut gagal dalam menghadapi proses adaptasi di tempat kerja. 19. Tanggung jawab pekerjaan membuat saya sering murung 23. Saya merasa tidak bisa mendapatkan pekerjaan	10. Saya suka perbincangan tips dan cara menghadapi wawancara kerja 21. Saya senang mengikuti pelatihan mengenai dunia kerja

LAMPIRAN 2

HASIL TRYOUT SKALA PENELITIAN

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.863	24

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	72.871	27.783	.584	.853
A2	73.032	28.899	.474	.858
A3	72.871	27.783	.584	.853
A4	73.000	28.667	.460	.858
A5	72.968	28.832	.494	.857
A6	72.710	27.013	.530	.854
A7	72.935	28.462	.524	.856
A8	72.710	27.013	.530	.854
A9	72.677	27.292	.534	.854
A10	73.032	28.899	.474	.858
A11	72.806	29.961	.079	.869
A12	72.871	28.983	.254	.864
A13	72.935	28.462	.524	.856
A14	72.871	28.116	.364	.861
A15	72.935	28.462	.524	.856
A16	72.871	28.116	.364	.861
A17	72.774	29.514	.155	.867
A18	72.581	26.452	.660	.849
A19	72.806	29.961	.079	.869
A20	72.548	26.456	.654	.849
A21	72.581	29.052	.202	.867
A22	72.968	28.832	.494	.857
A23	72.710	27.013	.530	.854
A24	72.935	28.462	.524	.856

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.901	19

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A1	56.710	24.413	.681	.893
A2	56.871	25.916	.455	.899
A3	56.710	24.413	.681	.893
A4	56.839	25.673	.450	.899
A5	56.806	25.695	.527	.897
A6	56.548	23.723	.594	.895
A7	56.774	25.181	.600	.895
A8	56.548	23.723	.594	.895
A9	56.516	23.991	.602	.895
A10	56.871	25.916	.455	.899
A13	56.774	25.181	.600	.895
A14	56.710	25.346	.320	.904
A15	56.774	25.181	.600	.895
A16	56.710	25.346	.320	.904
A18	56.419	23.385	.691	.891
A20	56.387	23.378	.687	.892
A22	56.806	25.695	.527	.897
A23	56.548	23.723	.594	.895
A24	56.774	25.181	.600	.895



FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
Jl. Raya Tlogomas No. 24 Kampus III UMM



Assalamualaikum Wr. Wb.

Perkenalkan saya mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, saat ini sedang melakukan penelitian guna penyusunan skripsi. Berkaitan dengan pemerolehan data penelitian, saya mengharap kesediaan anda untuk membantu memberikan data penelitian dengan cara mengisi skala yang telah saya sediakan. Skala berisikan kesesuaian atau ketidaksesuaian anda dengan pernyataan yang ada. Oleh sebab itu dimohon tidak ragu dalam menjawab setiap pernyataan yang tersajikan, dan pilih yang sesuai dengan kondisi anda. Semua data yang diberikan akan dijaga **KERAHASIAANYA** dan hanya digunakan dalam penelitian ini. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Hormat Saya,

Mahbub Nadziri

Nama / Inisial :
Jenis Kelamin : L/P
Usia :
Semester :
Jurusan :

****Selamat Mengerjakan****

Panduan Pengisian:

1. Pada setiap item, Anda diminta untuk memberikan respon terhadap pernyataan tersebut
2. Terdapat 4 rentangan pilihan respon yang memiliki arti:
SS = Sangat Sering
S = Sering
J = Jarang
TP = Tidak Pernah

3. Berikan respon yang sesuai dengan diri Anda dengan cara memberikan centang (✓) pada kolom yang disediakan

Contoh:

No	Pernyataan	SS	S	J	TP
1	Saya selalu makan mie goreng			✓	
2	Saya suka sekali es the			✓	

Berilah tanda centang (✓) pada kolom yang sesuai dengan pilihan jawaban anda.

No	Pernyataan	SS	S	J	TP
1	Saya tidak merasa gugup saat memikirkan seleksi masuk kerja				
2	Perut saya melilit membayangkan beratnya tanggung jawab pekerjaan				
3	Saya takut gagal menghadapi proses seleksi masuk kerja.				
4	Saya merasa sangat bersemangat saat memikirkan dunia kerja				
5	Saya cemas saat terlibat pembicaraan tentang seleksi masuk kerja				
6	Saya yakin dapat beradaptasi di dunia kerja kelak				
7	Saya menghindari pembicaraan terkait karir				
8	Beradaptasi di lingkungan kerja membuat saya merasa gelisah				
9	Saya sering buang air kecil saat memikirkan wawancara kerja				
10	Saya suka perbincangan tips dan cara menghadapi wawancara kerja				
11	Saya bersemangat saat membayangkan dunia kerja yang saya impikan.				
12	Tangan saya berkeringat saat akan wawancara kerja				
13	Saya muak ketika memikirkan beratnya tanggung jawab di tempat kerja				
14	Mencari tips menghadapi dunia kerja adalah kegiatan yang menyenangkan				
15	Atasan kerja yang galak membuat kinerja saya menurun				
16	Saya semangat untuk mendapat pekerjaan impian saya				
17	Saya sulit tidur membayangkan sulitnya mendapat pekerjaan				
18	Saya merasa tidak bisa mendapatkan pekerjaan				
19	Saya berfikir bahwa saya tidak mampu melewati tes kerja				

☺ ☺ TERIMA KASIH ATAS PARTISIPASINYA ☺ ☺

LAMPIRAN 3 TABULASI DATA

Nama	Jenis Kelamin	Usi a	Semest er	Jurusan	K 1	K 2	K 3	K 4	K 5	K 6	K 7	K 8	K 9	K 10	K1 1	K1 2	K1 3	K1 4	K1 5	K1 6	K1 7	K1 8	K1 9	KTO T	KTO T	TK	Katego ri
Mahasis wa	Perempuan	22	6	Bahasa Sastra	4	2	4	2	3	2	1	2	2	4	4	2	2	4	2	4	4	3	3	54	54	59.62	Tinggi
Mahasis wa	Laki-Laki	25	10	Bahasa Sastra	4	3	3	2	3	4	2	1	2	2	1	3	2	4	1	4	4	3	2	50	50	52.72	Sedang
Mahasis wa	Perempuan	23	8	Bahasa Sastra	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	4	2	3	4	3	2	49	49	50.99	Sedang
Mahasis wa	Laki-Laki	23	8	Bahasa Sastra	2	3	2	2	2	2	1	2	1	4	3	2	2	3	2	3	3	2	3	44	44	42.37	Renda h
Mahasis wa	Perempuan	23	8	Bahasa Sastra	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	50	50	52.72	Sedang
Mahasis wa	Perempuan	23	8	Bahasa Sastra	3	3	2	3	2	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	59	59	68.24	Tinggi
Mahasis wa	Perempuan	24	10	Bahasa Sastra	3	2	2	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	54	54	59.62	Tinggi
Mahasis wa	Laki-Laki	23	8	Bahasa Sastra	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	55	55	61.34	Tinggi
Mahasis wa	Perempuan	25	12	Bahasa Sastra	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	52	52	56.17	Sedang
Mahasis wa	Laki-Laki	23	8	Bahasa Sastra	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	3	4	56	56	63.07	Tinggi
Mahasis wa	Perempuan	23	8	Bahasa Sastra	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	2	51	51	54.44	Sedang
Mahasis wa	Perempuan	22	8	Bahasa Sastra	3	3	4	3	3	2	1	4	3	3	3	2	3	4	3	4	3	2	3	56	56	63.07	Tinggi
Mahasis wa	Perempuan	23	8	Bahasa Sastra	3	3	4	1	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	51	51	54.44	Sedang
Mahasis wa	Perempuan	25	12	Bahasa Sastra	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	2	3	55	55	61.34	Tinggi
Mahasis wa	Perempuan	23	8	Bahasa Sastra	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	54	54	59.62	Tinggi
Mahasis wa	Perempuan	23	18	Bahasa Sastra	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	52	52	56.17	Sedang
Mahasis wa	Perempuan	24	10	Bahasa Sastra	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3	54	54	59.62	Tinggi
Mahasis wa	Laki-Laki	24	10	Bahasa Sastra	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	54	54	59.62	Tinggi
Mahasis wa	Perempuan	23	8	Bahasa Sastra	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	61	61	71.69	Tinggi
Mahasis wa	Perempuan	24	10	Bahasa Sastra	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	59	59	68.24	Tinggi

Mahasiswa	Laki-Laki	24	8	Bahasa Sastra	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	55	55	61.34	Tinggi	
Mahasiswa	Perempuan	24	10	Bahasa Sastra	2	2	2	3	1	2	1	2	3	2	3	2	1	2	2	3	2	1	2	38	38	32.02	Rendah
Mahasiswa	Perempuan	25	12	Bahasa Sastra	3	2	2	4	2	2	1	2	2	3	1	2	2	1	1	2	2	2	1	37	37	30.34	Rendah
Mahasiswa	Perempuan	27	14	Bahasa Sastra	2	3	2	3	1	2	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	4	51	51	54.44	Sedang
Mahasiswa	Perempuan	25	12	Bahasa Sastra	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	1	2	2	2	47	47	47.54	Sedang
Mahasiswa	Perempuan	24	8	Bahasa Sastra	2	2	2	1	3	2	3	2	2	2	1	4	2	1	2	2	2	2	2	39	39	33.75	Rendah
Mahasiswa	Laki-Laki	24	10	Bahasa Sastra	3	3	2	2	3	3	3	2	1	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	51	51	54.44	Sedang
Mahasiswa	Perempuan	22	8	Bahasa Sastra	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	46	46	45.82	Sedang
Mahasiswa	Perempuan	23	8	Bahasa Sastra	4	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	51	51	54.44	Sedang
Mahasiswa	Perempuan	22	6	Bahasa Sastra	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	52	52	56.17	Sedang
Mahasiswa	Perempuan	24	8	Bahasa Sastra	3	3	2	2	3	3	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	46	46	45.82	Sedang
Mahasiswa	Perempuan	24	12	Bahasa Sastra	3	2	3	3	2	2	1	2	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	2	49	49	50.99	Sedang
Mahasiswa	Perempuan	24	10	Desain Grafis	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	51	51	54.44	Sedang
Mahasiswa	Perempuan	24	12	Desain Grafis	4	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	4	4	3	3	2	3	3	4	55	55	61.34	Tinggi
Mahasiswa	Perempuan	24	10	Desain Grafis	3	3	2	3	3	3	2	1	3	3	3	2	2	3	3	4	2	3	3	51	51	54.44	Sedang
Mahasiswa	Laki-Laki	25	12	Desain Grafis	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	4	2	3	2	2	3	3	2	50	50	52.72	Sedang
Mahasiswa	Laki-Laki	23	8	Desain Grafis	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	39	39	33.75	Rendah
Mahasiswa	Laki-Laki	24	10	Desain Grafis	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	1	3	3	3	4	3	3	4	3	52	52	56.17	Sedang
Mahasiswa	Laki-Laki	25	12	Desain Grafis	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	41	41	37.19	Rendah
Mahasiswa	Perempuan	23	10	Desain Grafis	3	3	2	3	3	2	3	2	2	1	2	2	3	3	3	2	3	2	3	47	47	47.54	Sedang
Mahasiswa	Laki-Laki	25	10	Desain Grafis	2	2	2	1	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	3	2	2	1	36	36	28.57	Rendah	
Mahasiswa	Perempuan	24	8	Desain Grafis	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	52	52	56.17	Sedang
Mahasiswa	Perempuan	21	6	Desain Grafis	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	37	37	30.34	Rendah

Mahasiswa wa	Perempuan	23	8	Desain Grafis	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	39	39	33.75	Rendah
Mahasiswa wa	Perempuan	23	8	Desain Grafis	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	46	46	45.82	Sedang
Mahasiswa wa	Laki-Laki	23	8	Desain Grafis	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	48	48	49.27	Sedang	
Mahasiswa wa	Laki-Laki	24	8	Desain Grafis	3	2	3	2	3	2	4	2	2	3	1	3	2	1	2	3	3	3	2	46	46	45.82	Sedang
Mahasiswa wa	Laki-Laki	24	8	Desain Grafis	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	51	51	54.44	Sedang
Mahasiswa wa	Perempuan	23	10	Desain Grafis	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	4	2	2	4	1	3	2	1	2	45	45	44.09	Sedang
Mahasiswa wa	Perempuan	23	12	Desain Grafis	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	44	44	42.37	Rendah
Mahasiswa wa	Perempuan	24	12	Desain Grafis	2	2	1	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	3	41	41	37.19	Rendah
Mahasiswa wa	Perempuan	24	10	Desain Grafis	2	1	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	42	42	38.92	Rendah
Mahasiswa wa	Laki-Laki	23	8	Guru Olahraga	2	2	3	2	3	2	3	4	3	2	1	3	3	2	3	2	2	2	2	46	46	45.82	Sedang
Mahasiswa wa	Laki-Laki	24	10	Guru Olahraga	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	43	43	40.64	Rendah
Mahasiswa wa	Laki-Laki	24	10	Guru Olahraga	3	4	3	4	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	55	55	61.34	Tinggi
Mahasiswa wa	Perempuan	23	8	Guru Olahraga	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	1	4	3	3	4	3	2	3	3	55	55	61.34	Tinggi
Mahasiswa wa	Laki-Laki	24	10	Guru Olahraga	3	3	2	3	3	2	2	1	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	2	53	53	57.89	Tinggi
Mahasiswa wa	Laki-Laki	25	12	Guru Olahraga	2	2	3	2	2	3	3	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	37	37	30.3	Rendah
Mahasiswa wa	Perempuan	21	6	Guru Olahraga	2	2	4	2	3	3	2	3	1	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	47	47	47.54	Sedang
Mahasiswa wa	Perempuan	21	6	Guru Olahraga	2	1	2	2	3	2	1	2	2	2	2	1	3	2	1	2	2	2	2	36	36	28.57	Rendah
Mahasiswa wa	Laki-Laki	24	10	Guru Olahraga	2	3	3	3	4	3	2	3	2	2	3	2	3	3	4	3	3	2	3	53	53	57.89	Tinggi
Mahasiswa wa	Laki-Laki	23	8	Guru Olahraga	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	43	43	40.64	Rendah
Mahasiswa wa	Laki-Laki	24	10	Guru Olahraga	2	2	2	1	2	2	1	2	4	3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	39	39	33.75	Rendah
Mahasiswa wa	Laki-Laki	23	8	Guru Olahraga	2	2	2	1	3	2	3	4	3	4	3	1	2	2	2	2	2	2	1	43	43	40.64	Rendah
Mahasiswa wa	Laki-Laki	25	12	Guru Olahraga	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	1	4	3	3	3	3	4	3	3	52	52	56.17	Sedang
Mahasiswa wa	Laki-Laki	24	10	Guru Olahraga	3	2	3	3	4	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	53	53	57.89	Tinggi

Mahasiswa	Perempuan	23	8	Guru Olahraga	2	2	3	2	2	3	2	2	2	1	2	3	3	4	3	3	3	2	3	47	47	47.54	Sedang
Mahasiswa	Laki-Laki	25	12	Guru Olahraga	2	2	3	3	2	2	1	2	1	3	2	3	3	3	2	1	3	3	3	44	44	42.37	Rendah
Mahasiswa	Perempuan	25	12	Guru Olahraga	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	47	47	47.54	Sedang
Mahasiswa	Perempuan	23	8	Guru Olahraga	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	49	49	50.99	Sedang
Mahasiswa	Laki-Laki	23	8	Guru Olahraga	2	3	3	2	3	4	4	1	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	51	51	54.44	Sedang
Mahasiswa	Laki-Laki	24	10	Guru Olahraga	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	51	51	54.44	Sedang
Mahasiswa	Laki-Laki	25	12	Guru Olahraga	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	4	3	3	3	3	52	52	56.17	Sedang
Mahasiswa	Perempuan	24	8	Guru Olahraga	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	52	52	56.17	Sedang
Mahasiswa	Perempuan	26	14	Guru Olahraga	2	2	1	2	2	2	2	1	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	44	44	42.37	Rendah
Mahasiswa	Laki-Laki	23	8	Seni	2	2	2	1	2	3	2	2	1	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	44	44	42.37	Rendah
Mahasiswa	Laki-Laki	26	12	Seni	4	3	4	2	3	2	3	2	3	2	4	2	3	2	3	2	3	3	3	53	53	57.89	Tinggi
Mahasiswa	Laki-Laki	24	10	Seni	4	3	3	2	3	4	3	2	3	1	4	2	1	1	3	2	1	3	4	49	49	50.99	Sedang
Mahasiswa	Laki-Laki	25	10	Seni	2	3	3	3	4	2	3	2	2	3	3	2	2	1	2	3	1	4	4	49	49	50.99	Sedang
Mahasiswa	Laki-Laki	24	10	Seni	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	50	50	52.72	Sedang
Mahasiswa	Laki-Laki	24	12	Seni	1	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	1	2	3	2	3	3	4	47	47	47.54	Sedang
Mahasiswa	Laki-Laki	23	8	Seni	3	2	2	3	3	2	2	1	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	46	46	45.82	Sedang
Mahasiswa	Laki-Laki	24	10	Seni	1	3	3	2	2	3	3	1	2	2	3	1	3	2	3	2	4	4	4	48	48	49.27	Sedang
Mahasiswa	Laki-Laki	23	10	Seni	2	2	1	3	2	2	3	3	4	3	4	1	2	2	2	2	2	2	2	44	44	42.37	Rendah
Mahasiswa	Laki-Laki	25	12	Seni	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	44	44	42.37	Rendah
Mahasiswa	Laki-Laki	25	14	Seni	1	3	3	3	4	2	3	2	2	3	2	4	4	3	3	2	4	4	3	55	55	61.34	Tinggi
Mahasiswa	Laki-Laki	25	14	Seni	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	43	43	40.64	Rendah
Mahasiswa	Laki-Laki	23	8	Seni	2	2	1	2	4	3	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	1	2	39	39	33.75	Rendah	
Mahasiswa	Laki-Laki	26	14	Seni	1	3	3	2	4	2	4	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	4	50	50	52.72	Sedang

Mahasiswa	Laki-Laki	24	8	Seni	2	3	3	3	2	3	3	4	2	2	1	4	4	3	3	4	3	3	3	55	55	61.34	Tinggi
Mahasiswa	Perempuan	25	12	Seni	1	2	3	2	4	2	4	3	2	3	3	3	3	2	3	2	4	4	4	54	54	59.62	Tinggi
Mahasiswa	Laki-Laki	24	8	Seni	3	2	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	54	54	59.62	Tinggi
Mahasiswa	Laki-Laki	24	10	Seni	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	4	4	4	4	3	4	3	4	58	58	66.52	Tinggi
Mahasiswa	Laki-Laki	23	8	Seni	1	2	1	2	1	2	1	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	38	38	32.02	Rendah
Mahasiswa	Laki-Laki	23	8	Seni	1	2	3	3	2	2	1	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	47	47	47.54	Sedang
Mahasiswa	Laki-Laki	23	8	Seni	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	2	2	42	42	38.92	Rendah
Mahasiswa	Laki-Laki	25	14	Seni	2	2	3	3	3	4	2	3	2	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	50	50	52.72	Sedang
Mahasiswa	Perempuan	22	8	Seni	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	48	48	49.27	Sedang
Mahasiswa	Perempuan	21	8	Seni	2	2	2	3	3	4	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	50	50	52.72	Sedang

LAMPIRAN 4

HASIL ANALISA DATA

Jenis Kelamin * Kategori Crosstabulation

			Kategori			Total
			Rendah	Sedang	Tinggi	
Jenis Kelamin	Laki-Laki	Count	17	21	13	51
		% of Total	17.2%	21.2%	13.1%	51.5%
	Perempuan	Count	10	26	12	48
		% of Total	10.1%	26.3%	12.1%	48.5%
Total		Count	27	47	25	99
		% of Total	27.3%	47.5%	25.3%	100.0%

Usia * Kategori Crosstabulation

			Kategori			Total
			Rendah	Sedang	Tinggi	
Usia	21	Count	2	2	0	4
		% of Total	2.0%	2.0%	0.0%	4.0%
	22	Count	0	3	2	5
		% of Total	0.0%	3.0%	2.0%	5.1%
	23	Count	11	16	6	33
		% of Total	11.1%	16.2%	6.1%	33.3%
	24	Count	6	15	13	34
		% of Total	6.1%	15.2%	13.1%	34.3%
	25	Count	7	9	3	19
		% of Total	7.1%	9.1%	3.0%	19.2%
	26	Count	1	1	1	3
		% of Total	1.0%	1.0%	1.0%	3.0%
	27	Count	0	1	0	1
		% of Total	0.0%	1.0%	0.0%	1.0%
Total	Count	27	47	25	99	
	% of Total	27.3%	47.5%	25.3%	100.0%	

Semester * Kategori Crosstabulation

			Kategori			Total
			Rendah	Sedang	Tinggi	
Semester	6	Count	2	2	1	5
		% of Total	2.0%	2.0%	1.0%	5.1%
	8	Count	10	21	10	41
		% of Total	10.1%	21.2%	10.1%	41.4%
	10	Count	6	12	9	27
		% of Total	6.1%	12.1%	9.1%	27.3%
	12	Count	7	8	4	19
		% of Total	7.1%	8.1%	4.0%	19.2%
	14	Count	2	3	1	6
		% of Total	2.0%	3.0%	1.0%	6.1%
	18	Count	0	1	0	1
		% of Total	0.0%	1.0%	0.0%	1.0%
Total	Count	27	47	25	99	
	% of Total	27.3%	47.5%	25.3%	100.0%	

Jurusan * Kategori Crosstabulation

			Kategori			Total
			Rendah	Sedang	Tinggi	

Jurusan	Bahasa Sastra	Count	4	15	13	32
		% of Total	4.0%	15.2%	13.1%	32.3%
	Desain Grafis	Count	8	11	1	20
		% of Total	8.1%	11.1%	1.0%	20.2%
	Guru Olahraga	Count	8	10	5	23
		% of Total	8.1%	10.1%	5.1%	23.2%
	Seni	Count	7	11	6	24
		% of Total	7.1%	11.1%	6.1%	24.2%
Total	Count		27	47	25	99
	% of Total		27.3%	47.5%	25.3%	100.0%

